GÂNDEȘTE-TE BINE ÎNAINTE SĂ DISTRIBUI

Sfaturi Facebook, Ora de Net și MediaSmart



Mereu auzim că a distribui este un lucru bun. Datorită tehnologiei, le putem împărtăşi prietenilor și altor persoane ideile, opiniile, fotografiile și clipurile noastre video.

În majoritatea cazurilor, a distribui *este* un lucru bun. Însă dacă nu avem grijă ce anume distribuim, putem ajunge să ne facem rău nouă sau altor persoane. De asemenea, nu uita că elementele de conținut pe care le faci accesibile prietenilor tăi pot ajunge să fie distribuite și altor persoane. De aceea, este important să te gândești bine înainte de a distribui ceva.

CONȚINUTUL TĂU

Atunci când distribui conținut despre tine – o fotografie, un clip video sau informații personale, cum ar fi numărul tău de telefon – sau poza ta reține că acestea pot ajunge să fie văzute cu ușurință de persoane la care nu voiai să ajungă.

De asemenea, nu este o idee bună să distribui conținut atunci când ai o stare emoțională puternică – dacă ești nervos, trist sau entuziasmat. Mai întâi liniștește-te, apoi decide dacă este într-adevăr o idee bună.

După aceea, pune-ți următoarele întrebări:

- Vreau ca alții să mă vadă în această ipostază?
- Se poate folosi cineva de acest conținut pentru a-mi face rău? M-ar deranja dacă altcineva ar distribui și altor persoane?
- Care este cel mai rău lucru care se poate întâmpla dacă distribui acest conținut?

Parolele nu sunt informații publice: acestea sunt lucruri cu care trebuie să ai foarte multă grijă. Uneori, prietenii își împărtășesc unii altora parole atunci când relația lor este bună, însă, din păcate, acest lucru se poate transforma într-un coșmar mai târziu.

O imagine rămâne pentru totdeauna: anumite persoane consideră că distribuirea unei fotografii nud sau cu tentă sexuală iubitului sau iubitei – sau unei persoane care speră să devină iubitul sau iubita lor – sunt dovezi de iubire sau încredere. Trebuie să ai foarte multă grijă în astfel de situații și să te gândești bine – o imagine poate dura mai mult decât o relație.

Amintește-ți că, în cazul în care cineva îți cere să distribui ceva care nu te face să te simți confortabil, ai dreptul să refuzi. Nicio persoană care ține la tine sau care te respectă nu va pune presiune asupra ta și nu te va amenința.

Dispare în câteva secunde, dar poate nu pentru totdeauna: anumite aplicații sau site-uri de socializare garantează ștergerea automată a fotografiilor sau clipurilor video la câteva secunde de la vizualizare. Însă acest lucru nu este niciodată sigur – persoana care vizualizează conținutul poate face o captură de ecran – așadar, trebuie să iei în continuare decizii înțelepte în ceea ce privește distribuirea.

SFATURI de la Facebook:

1. Parolele nu sunt informații publice. Nu spune nimănui parola. Pentru mai multe sfaturi cu privire la securitate, vizitează: facebook.com/help/securitytips.

2. Verifică-ți setările de confidențialitate accesând facebook.com/about/basics pentru a vedea cine îți poate vizualiza postările.

3. Verifică butonul de audiență de fiecare dată când postezi pe Facebook, pentru a te asigura că distribui conținutul audienței dorite.

CONȚINUTUL ALTOR PERSOANE

În majoritatea cazurilor, când anumite persoane îți trimit conținut, acestea acceptă să le distribui și altor persoane. Dacă nu ești sigur, gândește-te de două ori înainte de a face acest lucru. Mai bine întreabă persoana care ți-a trimis conținutul dacă o deranjează ca tu să-l distribui. Același lucru se aplică și în cazul distribuirii de fotografii sau de clipuri video în care se află alte persoane: întreabă-le înainte de a le eticheta, înainte de a reposta conținutul sau înainte de a-l da mai departe.



Dacă cineva îți distribuie un conținut în care se regăsește o altă persoană, pune-ți următoarele întrebări:

- Persoana care mi-a trimis respectivul conținut a avut cu adevărat intenția de a-l distribui?
- Are permisiunea persoanei care se regăsește în conținut?
- Cum m-aș simți dacă cineva ar distribui un astfel de conținut în care să mă regăsesc chiar eu?

În cazul în care conținutul primit pune persoana care se regăsește în el într-o ipostază nefavorabilă, ar face-o să se simtă stânjenită sau ar afecta-o dacă ar ajunge mai departe, nu-l distribui. Este posibil ca persoana care ți-a trimis conținutul să fi vrut să facă o glumă, însă glumele nu sunt deloc amuzante atunci când un conținut este vizualizat de o persoană nepotrivită.

O mulțime de persoane – în special băieții – sunt constrânși de către prietenii lor să distribuie fotografii nud cu iubitele sau cu iubiții lor. Poate fi dificil să te opui acestei presiuni, însă trebuie să te gândești că acest lucru ar putea-o afecta pe persoana iubită.

CUM REPARI O SITUAȚIE DELICATĂ

Oricine ia uneori decizii greșite. Asta nu înseamnă că nu trebuie să faci tot ce îți stă în putință pentru a repara lucrurile.

Dacă ai distribuit ceva ce nu ar fi trebuit distribuit, primul pas este să le ceri persoanelor cărora le-ai trimis conținutul să nu îl dea mai departe.

Dacă cineva a postat un conținut pe care tu l-ai trimis, începe prin a le cere să șteargă respectivul conținut. Acest lucru funcționează în majoritatea cazurilor. Amintește-ți că nu este indicat să acționezi atunci când ești nervos: acordă-ți timp pentru a te liniști și, dacă este posibil, discută cu persoana respectivă offline.



Dacă refuză să șteargă conținutul, nu încerca să te răzbuni distribuind conținutul personal pe care ți l-a trimis, prin hărțuire sau prin instigarea prietenilor împotriva sa. Pe de o parte, în majoritatea cazurilor, aceste acțiuni înrăutățesc lucrurile. Pe de altă parte, cu cât încerci mai mult să te răzbuni, cu atât pare că ești la fel de vinovat ca persoana respectivă.

Dacă ai fost etichetat într-o poză care nu îți place, amintește-ți că o mulțime de rețele de socializare și de distribuire de fotografii îți pun la dispoziție opțiunea de a-ți șterge numele din fotografiile în care ai fost etichetat. Pe Facebook, poți selecta să revizuiești postările în care ești etichetat înainte de a apărea în cronologia ta, accesând setările de confidențialitate: facebook.com/about/basics.

Reține!

Dacă ești pe Facebook și nu te simți confortabil să discuți personal cu cineva sau dacă nu știi exact ce să spui, Facebook îți pune la dispoziție un instrument de raportare, cu câteva mesaje pe care le poți folosi și modalități de a cere ajutorul unui părinte, profesor sau prieten de încredere.

Pentru lucruri mai grave, de exemplu, dacă este vorba de o fotografie sau de un clip video nud sau parțial nud, dacă este defăimător (nu este adevărat și îți afectează reputația) sau dacă este folosit pentru a te hărțui sau intimida, poți solicita site-ului sau serviciului folosit pentru a distribui conținutul să îl șteargă. De asemenea, în astfel de situații, poți face o plângere la poliție.

În cazul în care o persoană te amenință că va distribui o poză nud cu tine dacă nu îi trimiți mai multe poze nud, trebuie să ceri ajutorul unui adult de încredere și să contactezi imediat poliția. Acesta este un comportament inacceptabil și este ilegal în România.

Cum să folosești instrumentul Raportare

Pentru a afla mai multe despre raportarea socială sau despre raportarea conținutului abuziv pe Facebook, accesează facebook.com/report.

Amintește-ți că nu ești singur – poți întotdeauna să vorbești cu părinții, cu un profesor sau cu un consilier, cu un alt adult de încredere sau poți contacta un serviciu de asistență telefonică pentru sfaturi și susținere.

GHID OFERIT DE:

ORA DE NET · Salvați Copiii (Save the Children România) · MediaSmarts · facebook

PENTRU MAI MULTE INFORMAȚII, ACCESEAZĂ LINKURILE DE MAI JOS:

Ora de Net
oradenet.ro / ctrl_AJUTOR Helpline: 031 80 80 000

MediaSmarts
mediasmarts.org

Centrul Facebook de siguranță a familiei
facebook.com/safety

Sfaturi pentru prevenirea intimidării și hărțuirii
facebook.com/safety/bullying